Физкультурный досуг во второй младшей группе «Колобки»

*Цель:* приобщение детей младшего возраста к физической культуре с помощью различных видов деятельности.

*Задачи:*

* Закреплять двигательные навыки детей;
* Развивать ловкость, координацию движений, мелкую моторику, умение регулировать мышечный тонус;
* Развивать умение лепить предмет круглой формы круговыми движениями ладоней;
* Способствовать проявлению волевых качеств, сообразительности и умения двигаться в соответствии с текстом;
* Воспитывать устойчивый интерес к занятиям физкультурой, здоровому образу жизни.

*Инвентарь и оборудование:* ребристая дорожка, мячи по количеству детей,

2 шнура, корзины большая и маленькая, 2 обруча, кочки,

*Время проведения:* 15-20 мин.

**Ход.**

Под музыку дети заходят в зал.

Инструктор: Здравствуйте, ребята!

Придумано кем-то просто и мудро,

при встрече здороваться: «Доброе утро».

Доброе утро солнцу (поднять руки вверх) и птицам (движения пальчиками)

Доброе утро улыбчивым лицам (улыбнуться друг другу),

Доброе утро весёленьким глазкам (похлопать глазками)

Сегодня мы с вами отправимся в сказку.

Инструктор: Чтобы попасть в сказку, нам нужно пройти по волшебной тропинке (дети идут в обход по залу):

* ходьба по ребристой дорожке;
* перешагнуть через препятствия;
* перепрыгнуть с кочки на кочку;
* бег по узкой тропинке.

Ребята, посмотрите, какой красивый домик стоит. Наверно, в нём кто-то живёт (стучит в дверь).

Выходит Бабушка: Здравствуйте, ребятки! Отгадайте в какую сказку вы попали:

Жили-были дед и баба на поляне у реки, и любили дед и баба на сметане….

Дети: Колобки!

Бабушка: Молодцы, и сейчас мы с вами напечём много колобков. Повторяйте все за мной.

*Пальчиковая игра «Колобки»*

Тесто ручками помнём (*дети сжимают и разжимают пальцы*)

Колобков мы напечём (*круговые движения ладонями*)

Серединку смажем джемом (водят пальцем по ладони)

А верхушку сладким кремом.

И кокосовою крошкой присыплем колобки немножко (*имитируют «посыпание крошки» пальцами обеих рук*)

А потом заварим чаю (*прижимают руки к груди*)

В гости друга приглашаем (*дети поворачивают головы друг к другу и протягивают руки вперёд*).

Инструктор: Молодцы, ребята! Так много колобков напекли, посмотрите – целая корзина. Возьмите по одному колобку.

Дети берут из корзины мячи и встают в круг.

*2. ОРУ с мячами:*

1. «Жили-были дед и баба на поляне у реки»

И.п. – о.с., мяч внизу

1 – подняться на носки, мяч вверх «вот какой высокий дед»

2 – опуститься на пятки, мяч вниз «и вот какая баба»

2. «Дед и баба лепили колобки»

И.п. – ноги на ширине плеч, мяч прижат к груди

1- поворот туловища вправо;

2 – вытянуть руки, мяч вперёд

3-4 – и.п.

5-8 То же в другую сторону

3. «Спрячем колобки»

И.п. – ноги врозь, мяч внизу

1-2 – поднять мяч вверх, спрятать за голову

3-4 – поднять мяч вверх, опустить вниз

4. «Положили колобок студиться на лавку»

И.п. – ноги на ширине плеч, мяч перед грудью

1 – присесть,

2- положить мяч на пол,

3- встать, руки на пояс,

4- присесть, взять мяч в руки

5. «Тут зайчишка прискакал»

Прыжки на двух ногах вокруг мяча.

Дыхательная гимнастика «Бегемотик»

И.п. - сидя на ковре, ребенок кладет ладонь на область диафрагмы и глубоко дышит. Вдох и выдох производится через нос.

*Сели бегемотики, потрогали животики.*

*То животик поднимается*(вдох),

*То животик опускается*(выдох).

Инструктор: Колобки сейчас возьмём и дальше пойдём.

*ОВД.*

Катился колобок и прикатился в лес. Покатился по лесу по узкой дорожке (*дети прокатывают мяч по узкой дорожке)* и прикатился к речке (*дети кидают мячи из-за головы, затем собирают их и складывают в корзину)*. Положим колобки в корзину и выходим из леса. Перешагиваем через еловые ветки (*перешагиваем через палки*), идём по мостику (*ходьба по гимнастической скамейке*).

Выходит лиса: Ой, какие хорошие ребятки, а какие колобки у вас вкусные (*смотрит в корзину*). Сейчас я вас всех съем.

Бабушка: Стой, лиса! У меня для тебя есть интересная игра. Поиграешь с ребятами?

*Подвижная игра «Лиса и зайцы»*

По лесной лужайке разбежались зайки.

Вот какие зайки, зайки-побегайки – *дети свободно бегают по залу*.

Сели зайчики в кружок, роют лапкой корешок.

Вот какие зайки, зайки-побегайки – *дети становятся в кружок, приседают, имитируют копание земли.*

Вот бежит лисичка – рыжая сестричка.

Догоняет заек, заек-побегаек – *лиса догоняет заек, дети убегают от лисы в домик (на скамейку).*

Инструктор: От плутовки-лисы убежали, молодцы! Понравилась вам сказка?